

FOLKHÄLSONYTT november 2016

"Ensamhet... det är nog att barnen inte har tid med en! Det saknar jag... det är hemskt, det är tur jag har hemtjänsten, man är ju väldigt ensam på det viset..."

Citat från fördjupningsprojektet *Tankar om tillvaron* i Kumla kommun om psykisk hälsa och social situation hos personer inom äldreomsorgen.

Krönika

Bara gammal – eller faktiskt deprimerad?

Äldres psykiska hälsa har länge varit ett eftersatt kunskapsområde och forskningsstudier har lyst med sin frånvaro. Organisering av vård och omsorg har skapat osäkerhet kring vilken personal som har kompetensen och ansvaret. Personal inom flera professioner ser behoven hos den enskilda och märker att ensamhet, isolering, oro och ångest påverkar livskvaliteten. Eftersom kunskapsläget varit otidligt skapas osäkerhet bland personalen och frågan hänger i luften: "Vart ska jag vända mig när jag ser att en äldre person är påverkad av oro och ångest?". Vilken roll har jag som arbetar inom primärvården, psykiatri, socialpsykiatri eller äldreomsorgen?

Psykisk ohälsa är vanligt bland äldre i Sverige idag. Nedsatt psykisk välbefinnande rapporteras av var tionde person i befolkningen mellan 65 och 84 år. Mellan 11 och 15 procent av personer över 65 år har en depression. Inom äldreomsorgen besväras över hälften av ensamhet, oro, ångslan eller ångest. Äldre män är en överrepresenterad grupp avseende suicid.

Idag växer intresset för frågorna. Det visar sig exempelvis genom att det för närvarande pågår utvecklingsarbeten med fokus på äldres psykiska hälsa utifrån folkhälsoplaner och avtal, handlingsplaner för sammanhållen vård och omsorg samt överenskommelse om psykisk hälsa med tillhörande handlingsplaner. Region Örebro län har just presenterat en handlingsplan för suicidprevention. Inom psykiatri

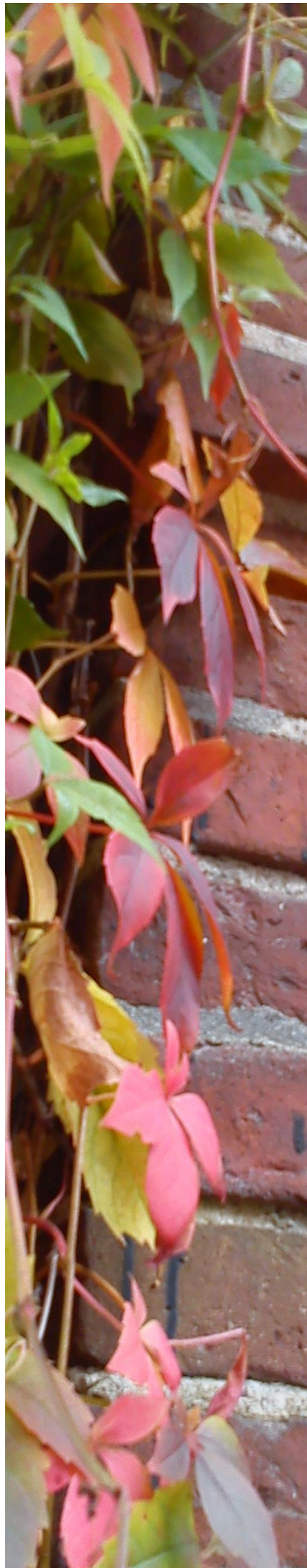
pågår forskning kring vårdkonsumtion bland äldre före suicid, forskning som genererar ny och viktig kunskap för att kunna fånga upp psykisk ohälsa inom

"Det finns kunskap om hur äldres psykiska hälsa kan främjas."

vården och genom strukturerad suicidriskbedömning förebygga suicid. Under kommande år planerar Region Örebro län i samverkan med kommunerna att utbilda instruktörer för det utbildningsprogram som rekommenderas av Sveriges kommuner och landsting, *Första hjälpen till psykisk hälsa äldre*.

Psykisk ohälsa hör inte till det normala åldrandet. Det finns kunskap om hur äldres hälsa och psykiska hälsa kan främjas. Det handlar om möjlighet till fysisk och social aktivitet. Om vikten av kunskap om psykisk hälsa inom personalen och om bemötandets betydelse. Det utvecklas även kunskap om hur depressioner hos äldre både kan förebyggas och behandlas. Det som behövs för att göra verklighet av den kunskapen och av handlingsplanernas höga ambitioner är att huvudmännen i länet gemensamt prioriterar frågan. Ser till att relevant kunskap finns på både lednings- och verksamhetsnivå samt att samordna insatser och resurser för att komma vidare i utvecklingen. Och sist men inte minst, att komma ihåg att vi alla är berörda, som enskilda, anhöriga eller närstående, personal, beslutsfattare och medmänniskor.

Lisen Tang Kempe
Folkhälsoutvecklare



Nyheter

En webbplats för dig som arbetar med att förebygga självmord

Suicid är ett folkhälso- problem som förutom förlust av människoliv leder till omfattande psykiskt lidande och försämrad hälsa hos anhöriga och andra berörda. Suicidförebyggande insatser behöver finnas på både individ- och befolkningsnivå för att nå regeringens mål om att ingen ska behöva ta sitt liv. Suicidprevention.se är en webbplats där vi samlar kunskap om suicid och suicidförebyggande arbete. Här kan du som arbetar med att förebygga självmord läsa om vårt arbete med nationell samordning med andra berörda myndigheter och intresseorganisationer samt hitta kunskap och statistik om suicid. Webbplatsen riktar sig främst till verksamheter och professioner som arbetar med att förebygga suicid.

Källa: Folkhälsomyndigheten

Ny nationell strategi för att förebygga och bekämpa mäns våld mot kvinnor

Den 16 november presenterade regeringen den jämställdhetspolitiska skrivelsen *Makt, mål och myndighet – feministisk politik för en jämställd framtid* samt en tioårig nationell strategi för att förebygga och bekämpa mäns våld mot kvinnor.

Strategin inbegriper arbete mot hedersrelaterat våld och förtryck samt mot prostitution och människohandel för sexuella ändamål. Den innehåller åtgärder som stärker skydd och stöd till våldsutsatta kvinnor, insatser mot våld i samkönade relationer samt åtgärder som motarbetar destruktiv maskulinitet och hederstänkande. Strategin sätter också fokus på mäns delaktighet och ansvar för att stoppa våldet. Regeringen avser att under 2018 inrätta en ny myndighet som ska bidra till en strategisk sammanhållen och hållbar styrning och ett effektivt genomförande av jämställdhetspolitiken. [Läs mer här!](#)

Källa: Regeringen

Stor matvaneundersökning påbörjas

Riksmaten Ungdom är en rikstäckande undersökning där Livsmedelsverket tar reda på vad ungdomar i Sverige egentligen äter.

För första gången genomförs nu en nationell undersökning av ungdomars matvanor – [Riksmaten Ungdom](#). Resultaten från våra matvaneundersökningar använder vi för att studera matens betydelse för hälsa och sjukdomar, utveckla kostråd och hålla lagstiftningen relevant. Kunskap om vad Sveriges befolkning egentligen äter är en viktig grund för Livsmedelsverkets arbete för säker mat och bra matvanor.

Källa: Livsmedelsverket